

MISSÃO CORAÇÃO FELIZ: DESCRIÇÃO DE UMA ABORDAGEM PROACTIVA DE FUMADORES REALIZADA EM CONTEXTO COMUNITÁRIO

Vitória, Paulo [1], Fortes, Ana [2], Libanio, Cristina [3], Nabais, Isabel [2], Caeiro, Maria d'Aires [4], Espírito Santo, Paula [3], Figueiredo, Sónia [5] e Bonito, Jorge [6]

[1] Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade da Beira Interior

[2] Instituto Nacional de Cardiologia Preventiva

[3] Câmara Municipal de Almodôvar

[4] Fundação Calouste Gulbenkian

[5] PH+ Desenvolvimento de Potencial Humano, Lda

[6] Universidade de Évora

Os comportamentos são determinantes fundamentais da saúde e da doença, com destaque para o tabagismo, classificado pela OMS como a principal causa evitável de doença e morte. A importância dos comportamentos na saúde exige uma mudança na mentalidade das pessoas e na intervenção dos profissionais de saúde. Neste contexto, sobressaem as abordagens proactivas da população em contexto comunitário. A medição de CO é um exemplo de uma estratégia proactiva com efectividade demonstrada.

Esta comunicação descreve uma abordagem proactiva realizada na Vila de Almodôvar no quadro do Projecto Almodôvar o Concelho mais Saudável, que resulta duma parceria entre o Município de Almodôvar, as Fundações Fernando Pádua e Calouste Gulbenkian.

A abordagem proactiva realizada integrou 3 acções: 1) abordagem da população com entrega de material de sensibilização; 2) Medição de CO e aconselhamento muito breve e 3) aconselhamento breve para os fumadores interessados em deixar de fumar. Em 3 dias foram abordadas 770 pessoas, efectuadas 333 medições de CO e realizados 67 aconselhamentos breves.

A experiência desta acção permite concluir que as pessoas abordadas reagem muito positivamente e parecem ficar sensibilizadas para as consequências do tabagismo e muitas manifestaram motivação para mudar o seu comportamento.

Este tipo de acções concretizam as orientações da Carta de Ottawa, que define a saúde como um recurso, um empreendimento colectivo para o bem-estar e qualidade de vida das populações e a promoção da saúde como o processo que permite capacitar as pessoas a melhorar e a aumentar o controle sobre a sua saúde.

Vitória, P., Fortes, A., Libanio, C., Nabais, I., Machado, I., Caeiro, M. A., Figueiredo, S., & Bonito, J. (2010). Missão coração feliz: descrição de uma abordagem proactiva de fumadores realizada em contexto comunitário, *Psicologia e educação*, IX(número especial), 77. [ISSN 1645-6084]

Palavras chave: Tabagismo; Abordagem practica; Intervenção comunitária; Comportamento e saúde